

Découvrir et s'initier

ASSOCIATIONS	PROPOSITIONS	LIEU	JOUR / DATE	RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES
AIKIDO	Portes ouvertes aux horaires des cours : Adultes : lundi et vendredi 18h00 à 19h15 mercredi 19h45 à 21h30 samedi 9h30 à 12h00 Enfants : vendredi 18h00 à 19h15	Gymnase Duvauchelle 2 rue Dajot	lundis, mercredis, vendredis et samedis	
ATHLETISME	Olympiades école d'athlétisme Athlé en famille (3-12 ans)	Complexe Sportif 2 rue Doré	samedi 16 juin de 14h00 à 17h00	
AVIRON	Découverte de l'Aviron et initiations	Cercle Nautique 48 Quai Joffre	samedi 9 juin de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00 dimanche 10 juin de 10h00 à 12h00	Enfants à partir de 10 ans
BOULE LYONNAISE	Initiations tout public	Boulodrome Complexe Sportif 2 rue Doré	mercredi 6 et 13 juin de 14h00 à 17h00	
ESCRIME	Initiations adultes	Salle d'armes Complexe Sportif 2 rue Doré	jeudi 7 et 14 juin de 18h30 à 20h00	
GYMNASTIQUE	Initiation sport-handicap en gym Découverte du pôle petite enfance 3-6 ans	Gymnase Pierre Lespiat 72 Boulevard de l'Almont	mardi 12 juin de 14h00 à 15h30 vendredi 15 juin de 15h30 à 16h15	
HALTEROPHILIE	Découverte et initiations à l'Haltérophilie	Complexe Sportif 2 rue Doré	les lundis et jeudis de 19h00 à 21h00	
JUDO MELUN	Portes ouvertes du lundi au samedi aux horaires des cours : Adultes : Judo : lundi et jeudi 19h30 à 22h00 (jeudi adapté aux handicapés) Jujitsu Brésilien : mardi et vendredi 19h30 à 22h00, samedi 13h30 à 14h30 Iaïdo : mercredi 18h00 à 19h30 Enfants : Judo : mercredi 14h30 à 19h00, samedi 14h30 à 19h00 (voir planning www.jcmelun.fr pour horaires par catégories) Jujitsu Brésilien ados (8 à 14 ans) : mardi 18h30 à 19h30 et samedi 14h30 à 15h30 Fitness : mardi et jeudi 18h30 à 19h30, samedi 12h30 à 13h30 Circuit training : mercredi 17h00 à 18h00, samedi 12h15 à 13h30	Gymnase Duvauchelle 2 rue Dajot	du lundi au samedi	Voir planning sur le site du club www.jcmelun.fr
JUDO ALMONT	Découverte et Initiation à la pratique du Judo et Jujitsu : Mardi : de 18h00 à 21h30 : découverte et Initiation à la pratique du Judo • 18h00 à 19h30 pour les jeunes nés entre 2003 et 2006 • 19h30 à 21h30 avant 2013 - adultes Mercredi de 15h30 à 21h30 : • 15h30 à 17h30 : découverte et Initiation à la pratique du Judo pour les enfants de 4 ans • 17h30 à 18h30 : découverte et initiation à la pratique du Judo pour les enfants nés entre 2009 à 2010 • 18h30 à 21h30 : découverte et initiation à la pratique du Ju jitsu à partir de 14 ans à adultes Vendredi de 17h30 à 21h00 : • Découverte et initiation à la pratique du Ju jitsu à partir de 14 ans à adultes	Gymnase Pierre Lespiat - 72 boulevard de l'Almont	les mardis, mercredis et vendredis	
LUTTE	Découverte et initiations à la Lutte	Complexe Sportif 2 rue Doré	Du lundi au vendredi de 18h30 à 20h30	
ROLLER DERBY	Initiation au roller quad et démonstration de Roller Derby	Place St Jean	samedi 9 juin de 14h00 à 17h00	Les mineurs doivent être accompagnés des parents. Venir avec son matériel (rollers quad ou en ligne - prêt possible avec carte d'identité, stock limité).
SKI NAUTIQUE	Découverte du Ski Nautique	Plan d'eau de la Rochette Chemin de halage	samedi 2,9 et 16 juin de 14h00 à 17h00	A partir de 6 ans Venir avec maillot de bain et serviette (short et t-shirt lycra bienvenus) Prêt du matériel sur place
TENNIS DE TABLE	Portes ouvertes	Gymnase Les Recollets rue de Vaux	jeudi 7 et 14 juin de 18h00 à 21h00	
VOILE	Découverte de la planche à voile et du catamaran	Base de Loisirs de La Grande Paroisse	samedi 2,9 et 16 juin 14h00 à 16h00	Prêt du matériel sur place

Découvrir et s'initier

VOLLEY-BALL	Découverte et initiations pour tous	Terrain de football Marcel Houdet WStade Paul Fischer - Avenue de la 7è DB Américaine	samedi 16 juin de 14h00 à 18h00	
POLE DANCE	Initiation	La Maison Pole Dance 1 route de Nangis	samedi 02 juin à 11h30	Avec l'association Coquelicot Bleu
FITNESS	Cours de fitness ouverts à tous	Complexe Sportif 2 rue Doré	mardi 5 et jeudi 14 juin de 18h30 à 21h30	Prévoir un tapis de sol
MARCHE NORDIQUE	Initiation	RDV Parc Faucigny-Lucinge	vendredi 8 juin de 9h00 à 11h00	Avec l'association Retraite Sportive MVDS
SENTEZ-VOUS SPORT	Journée d'initiations et découverte du sport santé.	Complexe Sportif - 2 rue Doré L'Escale - Avenue de la 7è DB Américaine	dimanche 17 juin de 10h00 à 18h00	Avec le CDOS77

Se mesurer et se reveler

ASSOCIATIONS	PROPOSITIONS	LIEU	JOUR / DATE	RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES
BASKET-BALL	Grand tournoi ouvert à tous Brocante du sport	Parking Piscine Municipale 50 Quai Joffre	samedi 16 juin de 10h00 à 22h00 et dimanche 17 juin de 10h00 à 18h00	Renseignements et inscriptions auprès de l'US Melun Basket-Ball usmelunbasket@gmail.com www.usmelunbb.com Equipes mixtes 5 contre 5, 4 contre 4 ou 3 contre 3 en fonction des catégories Samedi 16/06 de 10h00 à 17h00 : catégories U9/U11/U13 et U15 masculin et féminin Samedi 16/06 de 18h00 à 22h00 : catégories U17 et U20 masculin et féminin Dimanche 17/06 de 10h00 à 18h00 : adultes (à partir de 18 ans)
HANDBALL	Tournoi - de 13 ans ouvert à tous	Gymnase Pierre Lespiat 72 Boulevard de l'Almont	samedi 09 juin de 14h00 à 18h00	
PETANQUE	Concours amical nocturne ouvert à tous	Boulodrome stade Paul Fischer Avenue de la 7ème DB Américaine	vendredi 08 juin de 19h00 à minuit	
CROSSFIT	Crossfit	Complexe Sportif 2 rue Doré	mercredi 6 et lundi 11 juin de 20h00 à 22h00	Avec la Direction des Sports
SOIREE ZUMBA FITNESS	Soirée Zumba - Fitness pour tous	Place Saint-Jean	samedi 9 juin de 19h00 à 22h00	Avec les associations Studio TK et Mobile Etre Ouvert à tous «Venez colorés» Démonstration de pôle dance avec l'association «Coquelicot Bleu» Démonstration de danse avec l'association «Debby Dance»

Se détendre et profiter

ASSOCIATIONS	PROPOSITIONS	LIEU	JOUR / DATE	RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES
SOIREE SALSA	Initiation et soirée dansante	Complexe Sportif 2 rue Doré	jeudi 7 juin de 20h00 à minuit	Avec l'association USM Danse Sportive Tenue correcte exigée
BALADE CYCLISTE	De Melun à Barbizon	RDV Complexe Sportif 2 rue Doré	dimanche 10 juin de 10h00 à 17h00	Avec la Direction de la jeunesse et l'association MTB Club Prévoir son matériel Protectionn obligatoires pour les moins de 12 ans Prévoir bouteille d'eau et pique-nique
BALADE PEDESTRE	Balade sur les berges de la Seine et découverte des villages environnants	RDV Complexe Sportif 2 rue Doré	dimanche 17 juin de 9h00 à 17h00	Avec l'association Les Randonneurs Raymond Barthélémy Prévoir bouteille d'eau et pique-nique

Se détendre et profiter

YOGA	Yoga	Complexe Sportif 2 rue Doré	samedi 9 juin de 10h00 à 12h00	Avec la Direction des sports Les participants doivent apporter leur tapis de sol
TAI CHI	Tai Chi	Complexe Sportif 2 rue Doré	samedi 16 juin de 10h00 à 12h00	Avec la Direction des sports Les participants doivent apporter leur tapis de sol
PROMENADE NATURALISTE	Découverte du Parc Debreuil et des petits trésors de la nature au cours d'une promenade naturaliste guidée par une animatrice (sources, ruisseaux, plantes, poissons, insectes...).	Parc Debreuil	samedi 09 juin de 14h30 à 16h30	Avec l'association Almont Nature Public adulte ou familial, pas d'enfant isolé.

Encourager et apprécier

ASSOCIATIONS	PROPOSITIONS	LIEU	JOUR / DATE	RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES
DANSE SPORTIVE	Gala de fin de saison	L'Escale - Avenue de la 7ème DB Américaine	samedi 02 juin de 20h00 à 2h00	
GOLF	Trophée des Chefs	Golf de Cély-en-Bière	jeudi 31 mai	
JOUTES NAUTIQUES	Trophée de Melun Challenge du meilleur joueur	Quai de la Courtille	samedi 02 juin dimanche 03 juin	
PETANQUE	Concours doublettes Promotion	Boulodrome stade Paul Fischer Avenue de la 7ème DB Américaine	dimanche 10 juin	
ECOLE MULTISPORTS	Fête de l'Ecole Multisports	Complexe Sportif 2 rue Doré	mercredi 13 juin de 14h00 à 16h00	Avec la Direction des Sports
CROSS DES ECOLES	Cross des Ecoles	Complexe Sportif 2 rue Doré	vendredi 1er juin à 9h00	Avec la Direction des Sports
FOOTBALL	Finale Challenge Jour de Coupe U10/U11	Stade Paul Fischer Avenue de la 7ème DB Américaine	samedi 16 juin	
FOULEES MELUNAISES	38ème Foulées Melunaises - Championnat de Seine-et-Marne des 10 kms - label régional	Quartier sud de Melun	vendredi 1er juin à 20h45	
MELUN CYCLISME ORGANISATION	Grand prix cycliste Jacques Marinelli	Quartier sud de Melun	mercredi 6 juin à 20h00	

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

DIRECTION DES SPORTS : 01 64 52 74 23 - SPORTS@VILLE-MELUN.FR

UNION SPORTIVE MELUNAISE : 09 60 53 34 91 - USMFED@WANADOO.FR

